

LIVSLUST 3 20190307 Demenssköterska

Den 7 mars fick vi besök av Anette Wegner, som är demenssjuksköterska i omsorgsförvaltningen i Hedemora kommun. Hon gav oss mycket intressant information om minnesproblematik och demenssjukdomar. Hon talade om vår nya folksjukdom med kanske 25000 nya fall per år i Sverige. Antalet har ökat eftersom vi lever längre nu och demens kan drabba många äldre personer.

Det finns många olika former av demens. Den allra vanligaste formen är Alzheimer. Det kan också uppstå demens efter en hjärnblödning.

Demens kan också kallas för den anhöriges sjukdom i hög grad, därför att det blir den anhörige som får ta ansvaret för den sjuka. Men kommunen ställer upp med anhörigstöd, om man tar kontakt för att få hjälp. Det kan kännas bra att veta, att man inte är ensam.

Anette delade med sig av en hel del material om demens, som vi fick förse oss med och hon gav svar på de frågor som vi kom med. Kontentan i hennes framförande var att man kan skjuta tiden för demensens utbrott kanske tre-fyra år framåt genom att motionera, äta rätt mat och att ge hjärnan intryck genom social samvaro med andra och genom att skaffa sig nya intryck genom t.ex. läsning. Vi tog intryck av Anettes föredrag genom ett beslut att vi ska ses en dag i vår i vår grupp och gå en motionspromenad i en skog utanför Hedemora för att se om det kan bli grunden för en bra vana.

Tack, Anette.